

Hebammenhilfe

- > Beratung und Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden ab Schwangerschaftsbeginn
- > Vorsorge durch die Hebamme ab Beginn der Schwangerschaft
- > Akupunktur bei Schwangerschaftsbeschwerden
- > Vorstellung zur Geburt ab der 34. Schwangerschaftswoche
Bitte Mutterpass und Versicherungskarte mitbringen!
- > Geburtsvorbereitende Akupunktur ab der 37. Schwangerschaftswoche
- > Wochenbettbetreuung im Klinikum Freising

Telefonische Anmeldung im Kreißsaal: 08161 24-4520

Information und Anmeldung

Im Internet unter www.klinikum-freising.de/elternschule
oder im Sekretariat bei Andrea Janorschke unter
T 08161 24-3068 Montag bis Freitag von 13.00 bis 15.00 Uhr
Bitte melden Sie Ihren Partner auf jeden Fall gesondert an.

Kontakt

Klinikum Freising GmbH
Alois-Steinecker-Straße 18
85354 Freising
T 08161 24-3000
F 08161 24-3099
info @ klinikum-freising.de

Weitere Informationen unter:
www.klinikum-freising.de

Kurzprofil unseres Klinikums

Das Klinikum Freising bietet als Krankenhaus der Grund- und Regelversorgung ein breites Spektrum an operativer und konservativer Medizin. Die enge Kooperation mit dem Klinikum rechts der Isar der Technischen Universität München ermöglicht medizinische Leistungen auf universitärem Niveau.

Innere Medizin

I Gastroenterologie und Hepatologie

Diabetologie | Nephrologie | Dialyse

II Kardiologie und Pulmologie

Lymphangiologie | Schlaganfallstation

III Hämatologie und Onkologie

Chirurgie

I Allgemein-, Viszeral-, und Gefäßchirurgie

II Orthopädie und Unfallchirurgie

III Wirbelsäulenchirurgie und Neurotraumatologie

Gynäkologie und Geburtshilfe

Psychosomatik und Psychotherapie

Anästhesie | Intensivmedizin

Palliativstation | Schmerzambulanz

Radiologie

Belegabteilungen

Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde

Augenheilkunde

Urologie

Zentren

Zertifiziertes Brustzentrum

Zertifiziertes Darmzentrum

Zertifiziertes Endoprothetikzentrum

Zertifiziertes Regionales Traumazentrum

Berufsfachschule für Krankenpflege

Elternschule



Kursangebot

Stillvorbereitungskurs

Stillen ist nicht nur Intuition. Wissen um das Stillen gibt Müttern Sicherheit im Umgang mit dem Baby. Untersuchungen zeigen, dass informierte Mütter länger und komplikationsloser stillen. Werdende Väter sind ebenfalls herzlich willkommen.

Säuglingspflegekurs

Werdende Eltern werden in diesem Kurs sowohl über die Grundausstattung für das Baby als auch über die Bedürfnisse eines Neugeborenen informiert. Anhand einer Puppe wird das Wickeln und das Baden des Babys vorgeführt. Das Thema „sicheres Schlafen“ wird behandelt.

Geburtsvorbereitung

In der Geburtsvorbereitung wird über Themen wie Veränderungen im Laufe einer Schwangerschaft, Geburtsverlauf und Wehentätigkeit gesprochen. Mit Hilfe von Atemtechniken, Entspannungsübungen und Körperwahrnehmung bereiten Sie sich auf die Geburt vor. Geburterleichternde Positionen, Kennenlernen des Beckenbodens werden ebenso thematisiert, wie Umgang mit Schmerz, das Elternwerden und das Stillen. Idealer Zeitpunkt für den Beginn eines Geburtsvorbereitungskurses ist die 27. – 32. Schwangerschaftswoche. Außerdem bieten wir einen Kompaktkurs für Paare an, der immer samstags von 10 bis 16 Uhr stattfindet.

Geburtsvorbereitung mit Yoga

Der Schwerpunkt dieses offenen Vormittagskurses liegt auf Körperwahrnehmung, sanfter Kräftigung und Dehnung, Atemübungen und bewusster Entspannung. Zusätzlich ist Zeit für Erfahrungsaustausch und Themen, die von den Teilnehmerinnen eingebracht werden können. Der Kurs orientiert sich an den Bedürfnissen von Frauen, die schon Kinder haben und es genießen, sich einmal ganz auf das kommende Baby konzentrieren zu können. Er eignet sich aber auch sehr gut für Erstgebärende als Ergänzung zu einem Kompaktkurs Geburtsvorbereitung.

Homöopathie für Mutter und Kind

Die Homöopathie ist eine natürliche, sanfte und nachhaltige Behandlungsform. In der Zeit der Schwangerschaft, während der Geburt und zu Beginn des Lebens kann sie bei vielen Beschwerden und Problemen eine schnelle Hilfe bieten. Dieser Abend soll anschaulich ihre Möglichkeiten aufzeigen und Mut machen für eine wirksame und ganzheitliche Alternativmedizin.

Getragene Kinder – erleichterte Eltern

Getragen werden gibt dem Kind Nähe und Geborgenheit und beugt Fehlentwicklungen der Hüfte vor. Der Tragende schont seinen Rücken und hat die Hände frei. In dem Kurs werden Bindetechniken des Tragetuchs geübt – entweder mit dem Baby oder anhand einer Puppe. Alternativ werden auch weitere Tragehilfen vorgestellt.

Rückbildungsgymnastik

Im Vordergrund der Rückbildungsgymnastik steht der Beckenboden, der (wieder) wahrgenommen und gestärkt werden soll. Alltagstaugliche Verhaltensweisen, die Beckenboden und Rücken schützen, werden erlernt. Verspannungen werden mittels Dehn- und Entspannungsübungen gelockert. Frühestmöglicher Zeitpunkt für den Beginn der Gymnastik ist sechs Wochen nach der Entbindung.

Babymassage für Eltern mit Ihren Babys

Hautkontakt und liebevolle Berührungen sind für das Baby ebenso wichtig wie Nahrung. Die harmonische Babymassage zu erlernen kann die Eltern unterstützen, dieses Urbedürfnis des Kindes zu verstehen und zu erfüllen. Sie kann dem Baby bei Blähungen und Schlafstörungen helfen und die Widerstandskraft stärken. Außerdem ist sie eine wunderbare Möglichkeit, gemeinsam mit dem Baby zu entspannen und Nähe zu genießen.

Prekanga - kugelrundes Workout

Fitness ist ein wichtiger Bestandteil für Wohlbefinden in der Schwangerschaft und zur Vorbereitung auf die Geburt. PreKanga ist eine moderne Art der Schwangerschaftsgymnastik. Es ist auf die Bedürfnisse der werdenden Mutter abgestimmt und bereitet sie für die Geburt vor. Sie lernen im PreKanga Verspannungen zu lösen und ihren Beckenboden auf die bevorstehende Entbindung vorzubereiten. PreKanga ist ein Ganzkörpertraining für Schwangere mit hohem Spaßfaktor. Die Übungen werden an das persönliche Stadium in der Schwangerschaft angepasst, so dass die Schwangere sicher und effektiv fit bleibt. Spezielle Übungen bereiten auf die Zeit mit dem Baby vor, da sich ihr Bewegungsablauf im Alltag mit dem Baby ganz plötzlich verändert.

Erste-Hilfe-Kurs für Säuglinge und Kinder

Es gibt eine Vielzahl typischer Kindernotfälle und -erkrankungen, auf die man ganz besonders reagieren muss. In diesem Kurs lernen und üben Eltern, Großeltern oder Erzieher Erste-Hilfe-Maßnahmen für Säuglinge und Kinder an Puppen, damit sie im Ernstfall ohne Panik reagieren können.

